



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



MOBILE e.V. - Mehrgenerationenhaus Pattensen informiert:

Aufgrund der aktuellen Situation können die meisten Kurse, Gruppen und Angebote unter Einhaltung der 3G-Regel wieder stattfinden.

Helfende Kinder - Erste Hilfe-Kurs für Kinder von 8 – 12 Jahren am 20.10.21

Dieser zweistündige Kurs vermittelt den Kindern spielerisch die Grundlagen der Ersten Hilfe und fachgerechter Erstversorgung nach Unfällen. Themen sind u. a.: Hilfe holen und das Anlegen von Verbänden. Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr, Gebühr: € 14,-

Geburtsvorbereitung – Neuer Wochenend-Kurs vom 29. – 31.10.21

Der Kurs bietet Eltern Zeit, sich auf die Schwangerschaft einzulassen. Mit Partnerübungen, Massagen, Atem- und Haltungsmöglichkeiten, Infos zur Geburt und zum Wochenbett sowie Raum zum Austausch mit anderen Paaren wird das Verständnis für den bevorstehenden Weg gestärkt. Termine: Fr. 18.30 – 20.30 Uhr, Sa. 10.00 – 18.00 Uhr (incl. Mittagspause), So. 10.00 – 14.30 Uhr

Familienservicebüro – Martina Wolters, Tel. 05101 – 990513

Babymassage ab 08.11.21 (für Eltern mit Babys ab ca. 4 Wochen)

Anhand einer Säuglingspuppe werden den Eltern alle Massagegriffe gezeigt, die sie dann mit dem Baby durchführen. Inhalte: Ganzkörpermassage für das Baby, Massagen bei Blähungen und Koliken, Kommunikation. Montags, 9.00 – 10.00 Uhr, 5 Vormittage, Gebühr: € 18,-

Die Offene Elternsprechstunde von Sandra Hülsmann findet ab 02.09.21 wieder statt. Zur Terminvereinbarung ist sie erreichbar unter Tel.0178 - 9131687 oder per mail: sandra.huelsmann@mobile-pattensen.de

Sonstiges

Aufholen nach Corona – Projekte für Familien:

Floßbau am Fuchsbach am 17.10.21 von 14.00 – 18.00 Uhr mit anschließendem Stockbrotbacken für Kinder von 6 – 10 J. Eine Anmeldung per mail unter info@mobile-pattensen.de oder Tel. 05101 990512 ist erforderlich. Eine Gebühr entsteht nicht.

Gemeinsam selbstgebaut: Eltern und Kinder (6 – 10 J.) werden handwerklich tätig.

Vogelfutterstellen: Termin: 16.10. und 20.11.21, 10.00 – 14.00 Uhr im Garten des Mehrgenerationenhauses

Insektenhotel: Termin: 06.11.21, 14.00 – 18.00 Uhr

Eine Anmeldung per mail unter info@mobile-pattensen.de oder Tel. 05101 990512 ist erforderlich. Eine Gebühr entsteht nicht.

Logopädische „Sprach-, Stimm- und Sprechstunde“ am 15.10.21

Am diesem Freitag steht Anja Parzies (staatl. anerkannte Logopädin) für Fragen und Informationen rund um das Thema „Sprechen“ und „Sprachentwicklung“ zur Verfügung. Zeit: 11.00 – 12.00 Uhr Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine Gebühr entsteht nicht.



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

MOBILE
Verein für Gesundheits- und Familienbildung e.V.

Repair Café startet wieder – mit Anmeldung – am 16.10.21 von 14.00 – 17.00 Uhr

Viele Menschen haben vergessen, dass man defekte Gegenstände durchaus reparieren kann. Die Aktivitäten des Repair Cafés sind kostenlos und auf ehrenamtlicher Basis, aber nicht umsonst. Deshalb freut sich das Mehrgenerationenhaus über eine Spende.

Anmeldung und Terminabsprache unter Tel. 05101 109030

Selbsthilfegruppe „Chronische Schmerzranke, Restless Legs Syndrom...“ am 21.10.

Betroffene rutschen mit ihrer Schmerzproblematik oft in ein Stimmungstief, ziehen sich zurück und meiden die Öffentlichkeit. Das wiederum kann die Schmerzen verstärken und zu Stimmungsschwankungen und möglicherweise auch höherer Medikation führen. Am 3. Donnerstag im Monat soll in einer entspannten Atmosphäre von 19.00 – 20.30 Uhr Zeit für Gespräche, zum Zuhören und für das Verständnis der Lebenssituation sein.

Gesprächskreis für MS Erkrankte am 27.10.21

Interessierte treffen sich 1x im Monat, um über sich und ihre Krankheit, Frust und depressive Phasen, Spaß und Lebensfreude zu sprechen. Man kann über die verschiedensten Themen ins Gespräch kommen und sich gegenseitig Alltagstipps geben. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine Gebühr entsteht nicht. Termin: 4. Mittwoch im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr

Offener Treff "Café MOBILE" öffnet seine Türen wieder!

Der Offene Treff kann am Dienstag und Mittwoch Nachmittag von 15.00 - 18.00 Uhr besucht werden. Hier besteht die Möglichkeit sich auszutauschen, zu spielen, Kaffee zu trinken und leckeren Kuchen zu genießen. Für den Zutritt des Hauses gilt die 3G-Regel, die Besucherzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Internet-Treff am Dienstag Nachmittag, auch Smartphone-Beratung möglich!

Bis montags 12 Uhr können max. 3 Interessierte eine Einzelberatung für Dienstag Nachmittag zwischen 15.00 – 17.00 Uhr vereinbaren. Themenbereiche, die Laptop oder Tablet betreffen können hier angesprochen werden. **Beratungen zu Smartphones und Handys sind ab sofort, ebenfalls nach Anmeldung, wieder möglich!** - Gebühr pro Beratung: 5,-. Anmeldung per Tel. 05101 – 109030

„Hilfe bei Demenz“ – Sprechstunde mit Anmeldung!

Angela Schulz steht Angehörigen und Pflegenden für Fragen und Informationen rund um das Krankheitsbild Demenz zur Verfügung. Tel. 0178 - 3665929

Familien- und Erziehungsberatung wieder vor Ort

Die Mitarbeiterin Silke Gödeke der FEB Ronnenberg der Region Hannover ist donnerstags im Mehrgenerationenhaus Pattensen von 13.00 – 15.00 Uhr in einer offenen Sprechstunde erreichbar. Die Beratung ist anonym und kostenlos.

Selbsthilfegruppe für Frauen mit Brustkrebs trifft sich 14-tägig dienstags

Betroffene Frauen Ü40 können sich am 1. und 3. Dienstag im Monat untereinander austauschen und informieren. Auch die eigene Fürsorge soll mit Hilfe von Achtsamkeit und evtl. Unternehmungen nicht zu kurz kommen. **Nächster Termin: 19.10.21, 19.00 Uhr**



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



Bundesfreiwilligendienstler/in gesucht!

MOBILE e.V. sucht einen Menschen, jung oder alt, der sein Engagement in der Kindertagesstätte einbringen möchte. Infos unter: Tel. 05101 – 10 90 30

Betreuer/Betreuerin für die SAMS-Gruppe gesucht!

Für die SAMS-Gruppe für Kinder mit geistiger Behinderung suchen wir ehrenamtliche Betreuungskräfte (gegen Aufwandsentschädigung). Das Angebot findet am 2. und 4. Samstag im Monat von 9.30 – 16.30 Uhr statt. Die Gruppe umfasst max. 10 Kinder ab 5 Jahre. Weitere Infos erteilt Sandra Hülsmann unter Tel. 0178-9131687

Weitere Informationen: MOBILE e.V., Göttinger Str. 25a, 30982 Pattensen

Tel. 05101 - 109030, Mail: info@mobile-pattensen.de, Internet: www.mobile-pattensen.de